

*Ci elargiscono così tanta grazia*  
Sant Ajaib Singh Ji

domande e risposte a Bombay, India, 8 gennaio 1994

DOMANDA: Sant Ji, un certo numero di persone sono state interessate a sapere perché il langar è impostato così: perché non dovremmo toccare le persone che servono, perché dovremmo mangiare tutto il cibo nel piatto e perché non dovremmo condividere con gli altri. Per favore, potresti affrontare questi punti?

SANT JI: Beh, la stessa domanda mi è già stata posta e ho risposto. Forse è stata pubblicata sulla rivista *Sant Bani* e alcuni amati magari l'hanno letta. Me la ponete di nuovo, quindi risponderò; vi prego di prestare attenzione alla risposta.

Dovreste sapere che i paesi che ora sono molto avanzati, non sono stati così fin dall'inizio. Può darsi che siano stati poveri in passato e che ora siano progrediti molto. I paesi attualmente indigenti erano molto avanzati nei tempi antichi e con il passar del tempo si sono impoveriti.

Ci fu un tempo in cui anche l'India aveva compiuto numerosi progressi ed era assai avanzata pure in campo scientifico. Ma quando avvenne la battaglia di Mahabharata, in cui scoppiò la guerra tra i cugini Kaurava e Pandava, la guerra ferì la spina dorsale dell'India e da allora non è mai più stata come prima.

C'è stato un tempo in cui l'India era chiamata "l'Uccello d'Oro". Ma da quando gli stranieri hanno attaccato e saccheggiato questo paese a più riprese, hanno tarpato le ali di questo Uccello d'Oro e l'hanno impoverito. Sin dall'inizio è stato il paese dei Rishi e dei Muni con una grande spiritualità perché in questa terra parecchi grandi Santi e Mahatma hanno praticato la devozione. Hanno sacrificato molto e hanno meditato.

Nei tempi antichi i Santi e i Mahatma predicavano lo Shabd Naam viaggiando da un luogo a un altro. Esistevano solo poche dera o ashram. Quindi di solito andavano da un posto all'altro predicando il Naam. A quei tempi non avevano a disposizione tutte le strutture come adesso. Ogniqualvolta arrivava da loro qualcuno che desiderava la spiritualità, ogniqualvolta il sangat veniva da loro, poiché non avevano piatti o cose del genere, davano loro da mangiare con le proprie mani; il sangat usava le mani come piatti e mangiava con le mani. Più tardi, con il progresso iniziarono a usare le foglie di alcuni alberi. E col passare del tempo hanno usato piatti e cose del genere. All'inizio non c'era nulla su cui sedersi, ma in seguito i Mahatma hanno iniziato a dare sacchi di iuta su cui gli amati potevano sedere. E con la costruzione degli ashram da parte dei Mahatma hanno fornito tutte queste cose.

Di solito, sin dall'infanzia la maggior parte degli indiani sono abituati a sedersi a gambe incrociate perché è una posizione molto comoda. Ecco perché hanno l'abitudine di fare molte cose seduti in questa posizione. Si siedono così quando mangiano usando stuoie oppure semplicemente per terra. Non sono abituati a mangiare seduti su sedie come la maggior parte degli occidentali. Per gli occidentali è difficile sedere a gambe incrociate e fare le cose. E proprio com'è difficile per gli occidentali sedersi nella posizione a gambe incrociate e fare certe cose, è altrettanto difficile per gli indiani rimanere in piedi e fare certe cose. Quando migliaia di persone arrivano nel sangat, risulta impossibile organizzare strutture moderne con tavoli e sedie. Ecco perché è iniziata questa pratica di sedersi per terra a mangiare.

Se abbiamo tavoli e sedie per alcune persone e le non forniamo ad altre, non si sentiranno bene. Diranno: "Il Santo non ci considera come gli altri perché ci sta dando solo una stuoia per sederci, mentre le altre persone hanno sedie e tavoli per mangiare". Perciò, quando ci sediamo sul pavimento come facciamo qui, abbiamo la possibilità di diventare umili. In effetti, quando ci sediamo insieme, ci sediamo tutti nello stesso modo. I poveri hanno la possibilità di

sedersi con i ricchi, e i ricchi hanno la possibilità di diventare umili; si rendono conto che siamo tutti figli dello stesso Padre.

In India Akbar era un re molto potente tra gli imperatori mogul e quando andò a prendere il darshan di Guru Amardas, questi disse: “Puoi venire a trovarmi solo dopo aver mangiato al langar”. Quindi l'imperatore Akbar si sedette con gli altri e pranzò al langar; poi andò ad avere il darshan di Guru Amardas. L'imperatore Akbar era così umile che non gli dispiacque sedere con le altre persone, e anche adesso si ricordano di questo fatto.

Molti ministri del governo del Rajasthan vengono a trovarmi e quando diamo loro le sedie, non gradiscono usarle; preferiscono sedersi sul pavimento e mangiare il cibo del langar.

Perfino ministri e re considerano migliore il cibo del langar perché sanno che i Santi hanno elargito la loro vista misericordiosa al cibo. Quando i Santi ci danno da mangiare, ci elargiscono tanta grazia. Per questo non va bene buttare via quel cibo. Dovremmo finire tutto il cibo nel piatto considerandolo parshad.

Ora per quanto riguarda il fatto di prendere cibo dai piatti di altre persone o di condividere il cibo: se mangerete cibo dal piatto di una persona che nutre pensieri cattivi, ne sarete sicuramente influenzati. Allo stesso modo, se prenderete cibo dal piatto di una persona che ha meditato, ne sarete sicuramente impressionati. Avrete per certo il beneficio delle sue meditazioni. Ecco perché le persone che meditano, non condividono con gli altri il proprio cibo e non lasciano che altre persone prendano dal loro piatto.

Quando Swami Ji Maharaj, il fondatore di questo santo Sentiero, viveva ad Agra, molte persone mondane andavano a mangiare al langar che gli amati preparavano con amore. Agra era una città molto grande, dunque arrivavano molte persone mondane e finivano tutto il cibo. Il sangat era preoccupato. Le persone mondane mangiavano al langar e poi facevano pure osservazioni sul cibo, dicendo: “Queste persone non sono in grado di fornire cibo a tutti quelli che vengono”. Gli amati non avevano abbastanza cibo da mangiare poiché quelle persone mondane venivano per finire tutto. Per allonta-

nare quelle persone terrene, quelle mosche, una volta Swami Ji Maharaj prese dell'acqua in bocca e la sputò nel cibo. Gli amati erano molto grati perché sapevano che ora il Maestro aveva reso tutto il cibo parshad. Ma le persone mondane fecero una smorfia dicendo: "Questo santo ha sputato nel cibo e l'ha contaminato, non dovremmo mangiarlo" e se ne andarono. Da allora ad Agra le persone dicono: "I Santi della Radhasoami sputano nel cibo prima di darlo ai discepoli. Non dovremmo andare a mangiarlo".

Similmente una volta il Maestro Sawan Singh Ji stava tenendo il Satsang e arrivarono alcuni akali. Il Maestro Sawan Singh disse: "Bene, se volete parlare con me di qualsiasi cosa, interromperò il Satsang". Risposero: "No, puoi terminare il Satsang". Il Maestro Sawan Singh continuò. Alla fine gli amati portarono del parshad e quando l'ebbero offerto agli akali, essi chiesero se il cibo fosse contaminato o meno. Il Maestro Sawan Singh disse: "Beh è sia contaminato sia non contaminato". Gli akali chiesero: "Com'è possibile?" Il Maestro Sawan Singh Ji rispose: "Bene, ascoltate, quando portate del cibo e volete renderlo parshad, ricordate Sat Purush, o il Nome di Dio, o Dio Onnipotente, e dite: 'O Signore, accetta una parte di questo cibo e rendi il resto parshad per noi'. Se Dio ascolta la preghiera e mangia cibo dallo stesso piatto dandovi il resto da mangiare, significa che l'ha contaminato. Se non ha ascoltato la preghiera, se non ha contaminato il cibo, significa che non è diventato parshad". Quelle persone pensavano erroneamente che i Maestri della Radhasoami sputassero nel cibo del langar. Quindi il Maestro Sawan Singh disse: "Chiedete al sangat se l'ho mai fatto". Aggiunse: "Chiedete ai miei figli. Non ho mai permesso loro di prendere dal mio piatto. Per tutta la vita ho detto di non prendere dai piatti altrui e di non permettere ad altre persone di mangiare dal vostro".

In Rajasthan, quando arrivano persone nuove, all'inizio esitano a mangiare cibo al langar. E quando gli altri amati che sono già iniziati, chiedono perché non mangiano, rispondono: "Se mangio il cibo del sangat, dovrò prendere l'iniziazione al Naam perché so che il Maestro Kirpal ha dato a Sant Ji una parte delle erbe che venivano

utilizzate nel suo langar, e anche lui le usa nel cibo. Se mangio quel cibo, dovrò prendere l'Iniziazione”.

Le persone pensano erroneamente e sono sempre soggette a questa illusione; non vogliono superarla. I Santi sono molto saggi. Li vedrete mai sputare nel langar o contaminare il cibo? Non lo faccio mai qui. L'unica cosa che i Santi fanno con il cibo che servono agli amati, è di elargire loro la grazia affinché possano trarne beneficio.

Quando gli scettici vengono e partecipano al Satsang per un paio di giorni, se ne rendono conto e poi anch'essi diventano devoti e ricevono l'iniziazione.

I Mahatma dicono: “Non sappiamo quale magia ci sia alla porta del Mahatma. Coloro che vanno e rimangono lì, non tornano. Laddove c'è il Mahatma, hanno fine tutte le controversie delle religioni e delle comunità e gli amati incontrano il Beneamato. Che cosa possono fare i malvagi?”

Vi dirò una cosa molto divertente perché ho avuto l'opportunità di vedere le foto di matrimonio e gli album di nozze di parecchi amati; ne ho parlato spesso con Pappu. Ho visto che molti amati si nutrono a vicenda e si fanno pure fotografare. Questo per esprimere il loro amore. Ma in seguito, quando non vanno più d'accordo e iniziano a litigare, arrivano persino al punto in cui pensano di divorziare; non ricordano quanto amore avevano all'inizio. Quindi dico che solo condividendo il cibo con altre persone non potete ottenere più amore.

Inoltre, mentre mangiamo, non dovremmo parlare. Dobbiamo sempre essere concentrati sul cibo. Dovremmo mangiare ogni singolo boccone con la ripetizione del Simran in modo che ogni boccone diventi Simran, penetri dentro di noi e abbia un ottimo effetto sul corpo.

Ricordate sempre la Forma del Maestro e fate Simran con ogni singolo boccone che mangiate. A ogni sorso d'acqua ricordate sempre il Maestro e fate Simran, in modo che possiate essere consapevoli, possiate sentire che state mangiando e bevendo per amore del Satguru. Se mangeremo e berremo con questi pensieri e con la ri-

membranza del Maestro, avrà sicuramente un ottimo effetto su di noi.

Se qualcun altro desidera, può porre un'altra domanda al riguardo.

DOMANDA: Sant Ji, in Occidente spesso ci sono situazioni in cui dobbiamo mangiare nei ristoranti con altre persone e in posti dove hanno mangiato molte altre persone. C'è qualcosa che possiamo fare per impedire di rimanere impressionati dai pensieri negativi e dagli effetti negativi?

SANT JI: Beh, ho chiesto se qualcuno voleva fare una domanda riguardo alla questione di mangiare qui in India.

Per la domanda che avete appena sentito: quando andate a mangiare nei ristoranti, dovrete sempre stare molto attenti nella scelta del ristorante. Ora i ristoranti vegetariani sono molto diffusi, quindi provateli. Andate in posti molto puliti e puri.

Sapete che ho fatto il giro del mondo e quando salite su un aereo, a richiesta potete scegliere il pasto vegetariano. Ma se non ve lo danno, siate pazienti.

DOMANDA: Sant Ji, potresti dirci qualcosa sullo scopo dei bhajan che cantiamo e che rapporto hanno con il sentiero spirituale?

SANT JI: Guru Nanak ha chiamato il canto in gruppo *bhajan mungli*, e nei bhajan si sviluppano la brama e l'anelito per il Maestro.

Quando cantiamo questi bhajan, la nostra mente riceve molto aiuto nel rimanere calma e trova molte ragioni per fare affidamento sul Maestro e per confidare in Lui. Cantiamo nel bhajan: "Non ho alcuna conoscenza, non ho alcuna comprensione e non riesco a comprendere la tua grandezza, ma so che Nanak dice che il Satguru è il più grande di tutti e ha salvato il mio onore in questa Età del Ferro". Quando cantiamo i bhajan in questo modo, arriviamo a capire chi ha salvato il nostro onore in questa Età del Ferro e qual è il potere che ci aiuterà. È il Maestro. Quando cantiamo i bhajan prima della meditazione o prima del Satsang, la mente ottiene questa

comprensione e possiamo prestare più attenzione e più concentrazione alla meditazione e al Satsang.

Dobbiamo sempre cantare i bhajan scritti dai Param Sant, dai Maestri che hanno meditato perché dietro quelle parole opera la loro carica.

Infatti, se ci sediamo accanto a un fuoco, l'aria che proviene dal fuoco ci porta calore e se ci sediamo vicino al ghiaccio o in un luogo fresco, l'aria sarà gelata. Quindi se i bhajan che cantiamo, sono scritti dai Param Sant – che sono molto puri di cuore, che hanno manifestato Dio nell'intimo – allora otterremo la stessa fragranza o lo stesso effetto cantandoli o leggendo il loro lavoro. Al contrario, se leggiamo o cantiamo la poesia, gli scritti di quelle persone che non hanno manifestato Dio nell'intimo, che hanno il fuoco della lussuria e dell'ira sempre acceso dentro di loro, avremo sicuramente lo stesso effetto.

Se cantiamo un bhajan comprendendone ogni singola parola e applicando ogni singola parola e ogni singola riga a noi stessi, allora otterremo sicuramente la brama e l'anelito per il Maestro. Ecco perché ogniqualvolta cantate un bhajan, dovrete farlo con brama e anelito dopo averne compreso il significato.

Ho cantato molti bhajan al Maestro, è un dato di fatto che rappresentavano tutti la voce della mia anima. Ed è vero che il Maestro Kirpal Singh Ji era felicissimo di sentirli.

È una cosa molto bella, molto importante cantare i bhajan prima del Satsang, e se possiamo cantare un bhajan prima di sederci per meditare, anche questo si rivela utilissimo.

DOMANDA: Sant Ji, ho appena letto i tuoi discorsi sul matrimonio, sulla famiglia e ho una domanda. Hai raccontato una storia sui tuoi genitori e su come tua madre abbia dato tutto e servito tuo padre, il quale la maltrattava, non l'apprezzava e la insultava. Ora la domanda: è molto comune negli Stati Uniti e anche in India che la donna lavori davvero per la famiglia, mentre molti uomini, proprio perché vengono serviti, rimangono pigri e non aiutino e condividano. Mi chiedo se è nel migliore interesse dell'uomo che la donna

non dica nulla e non cerchi di motivarlo e incoraggiarlo a condividere anche la gloria del servizio.

SANT JI: Sapete che per i Santi gli uomini e le donne sono uguali. Le donne sono cordiali e molto gentili, ecco perché servono l'uomo: ne subiscono persino l'arroganza. Ma i poveri uomini non hanno alcuna pazienza. Quando ci sposiamo, facciamo voto che ci aiuteremo a vicenda e condivideremo la buona e la cattiva sorte. È dovere della donna aiutare e servire l'uomo; è dovere e responsabilità dell'uomo fare la stessa cosa per la donna. Se la moglie ha qualcosa da dire, il marito dovrebbe apprezzarla e non arrabbiarsi; dovrebbe capirla. Non è bene che il marito continui a maltrattare e a insultare la donna, e che la moglie rimanga semplicemente in silenzio e lo sopporti. Anche la moglie ha il diritto di rispondere e il marito dovrebbe apprezzarlo, capirlo e accettarlo. La casa in cui marito e moglie vanno d'accordo e capiscono i sentimenti reciproci, il lavoro reciproco, diventa un paradiso.

Nella rivista *Sant Bani* fu pubblicata una lettera, che scrissi a una coppia che aveva alcuni problemi nella vita coniugale. Arrivarono persino al punto in cui avrebbero divorziato e a causa della loro tristezza e sofferenza entrambi mi scrissero delle lettere. Quando risposi, dissi loro quali cose avrebbero contribuito al successo del matrimonio. Nel momento in cui capirono e fecero quello che consigliai, nel momento in cui vennero a conoscenza delle cose importanti sulla vita matrimoniale, obbedirono alle mie parole ed ebbero buon esito. Adesso vivono felicemente. A beneficio di altri amati inviarono la mia lettera al Sant Bani e fu pubblicata sulla rivista. Quindi la gente dovrebbe leggerla e trarne beneficio.

Oggi vi racconterò un altro avvenimento sul conto dei miei genitori. Una volta accadde che mio padre si ammalò e fummo costretti a portarlo in ospedale, ove mia madre rimase sveglia tutta la notte per dargli un massaggio. Ma mio padre non lo apprezzò e, invece di essere grato, continuò a maltrattarla e insultarla. In quell'ospedale c'era un'altra donna che se ne accorse, e disse a mio padre: "Bene, sei sposato con questa santa donna, ed è per questo che la rimprove-

ri e a lei non importa; ti sta ancora servendo. Se fossi sposato con me, allora ti farei vedere! Faresti tutto per me; mi daresti tu un massaggio come sta facendo ora tua moglie!” Quindi in alcuni casi la moglie diventa così forte che deve fare tutte le cose. Incontro molti amati che hanno questo problema: la moglie è molto forte, molto più forte dell'uomo e deve prendersi cura di lui lamentandosi di essere infastidita a farlo.

Ma alla domanda che mi è stata posta, vorrei rispondere in questo modo: marito e moglie dovrebbero lavorare al fianco l'uno dell'altro, dovrebbero lavorare insieme. I loro corpi sono diversi, ma in essi c'è la stessa Luce, lo stesso Spirito.

Guru Nanak Sahib dice: “Non chiamateli marito e moglie se si siedono semplicemente insieme. Quelli che sono una sola Luce in due corpi diversi, sono chiamati vero marito e moglie”.

Dovremmo sempre essere pazienti. Le promesse o i voti che abbiamo fatto al matrimonio: fa parte del dovere dell'uomo mantenere quelle promesse così com'è dovere della donna.